

Abstrak

PENGARUH *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (EFT)* TERHADAP KECEMASAN LANSIA DI PANTI PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA SUDAGARAN KABUPATEN BANYUMAS

Sri Tirolani¹, Atyanti Isworo², Sidik Awaludin³

Latar Belakang : Panti sosial merupakan tempat bagi lansia yang tinggal sendiri, dibuang dan merasa tidak ingin merepotkan keluarga. Kehidupan di panti mengakibatkan lansia seringkali memikirkan keluarga dan mengkhawatirkan kondisi masa depan yang berdampak pada kecemasan. Terapi *EFT* mampu menurunkan kecemasan karena menggabungkan teknik sugesti dan tapping.

Tujuan : Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi *EFT* terhadap kecemasan lansia yang tinggal di panti sosial.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan *quasy experimental with control group design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan metode *matching* pada variabel jenis kelamin. Sebanyak 30 responden terdiri dari 15 responden kelompok intervensi dan 15 responden kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi diberikan terapi *EFT* sebanyak 3 kali, sedangkan kelompok kontrol melakukan kegiatan rutin panti. Instrumen yang digunakan *Zung-Self Anxiety Rating Scale (ZSAS)*. Data dianalisis menggunakan *Paired Samples T-Test* dan *Independent Samples Test*.

Hasil : Ada perbedaan skor kecemasan yang bermakna sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi dengan nilai $p=0,000$. Tidak ada perbedaan skor kecemasan yang bermakna sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol dengan nilai $p=0,516$. Ada perbedaan skor *posttest* yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0,002$.

Kesimpulan : Terapi *EFT* efektif menurunkan kecemasan lansia yang tinggal di panti sosial.

Kata Kunci : Kecemasan, Lansia, Terapi *EFT*

¹Mahasiswa Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

^{2,3}Dosen Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

Abstract

THE EFFECT OF EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (EFT) ON ANXIETY TOWARD ELDERLY IN ELDERLY SOCIAL SERVICES HOME SUDAGARAN BANYUMAS REGENCY

Sri Tirolani¹, Atyanti Isworo², Sidik Awaludin³

Background : Social home is a place for elderly who live alone, discarded and feel do not want to trouble their family. Elderly who living in the social home often thinking about their families and worrying about their future conditions that can impact on anxiety. EFT therapy can reduce anxiety because it combines techniques of suggestion and tapping.

Purpose : This study aimed to determine the effect of EFT therapy on anxiety elderly that living in social home.

Method : This study was a quasi experimental with control group design. The sampling technique used total sampling by matching method on gender variable. A total of 30 respondents consisted of 15 respondents in intervention groups and 15 respondent in control group. Intervention group was given EFT therapy 3 times, while the control group perform routine activities of the social home. Instrument used Zung-Self Anxiety Rating Scale (ZSAS) questionnaire. Data were analyzed used Paired Samples T-Test and Independent Samples Test.

Result : There was a significant difference between anxiety score before and after intervention in intervention group ($p\text{-value} = 0,000$). There was no significant difference between anxiety score before and after in control group ($p\text{-value} = 0,516$). There was a significant difference of posttest score between intervention group and control group ($p\text{-value} = 0,002$).

Conclusion : EFT therapy can reduces the anxiety effectively on elderly that live in social care home.

Keywords : Anxiety, Elderly, EFT Therapy

¹Student of School of Nursing, Faculty of Health Sciences, University of Jenderal Soedirman

^{2,3}Lecturer of School of Nursing, Faculty of Health Sciences, University of Jenderal Soedirman